

## سکته قلبی یا انفارکتوس میوکارد (MI) همچنین تحت

عنوان حمله قلبی نیز نامیده می‌شود. حمله قلبی زمانی اتفاق می‌افتد که یک شریان شاخص و مهم بطور کامل مسدود شود و یک اورژانس پزشکی محسوب می‌گردد. اگر شما یا هر شخص دیگر دارای نشانه‌های زیر باشید مراقبت‌های فوری پزشکی مورد پیگیری قرار می‌گیرد.

### علائم و نشانه‌ها

- درد، سنگینی، فشار، سوزش در سینه، پشت، بازوی چپ، فک و گردن
- دشواری تنفس
- کجی، ضعف و بیحالی
- تهوع و استفراغ
- ضربان قلب نامنظم

### علت انفارکتوس میوکارد

آترواسکلروزیس، فرایند انسدادی پالک در داخل یک شریان تا بسته شدن آن شایع‌ترین عامل حمله قلبی است. حمله قلبی همچنین می‌تواند ناشی از اسپاسم عضله قلب و یا مشکلات ارثی قلب باشد.

### شرح ذیل با افزایش خطر حمله قلبی همراه است:

- کشیدن سیگار
- رژیم پرچربی، بالا بودن وزن بدن
- تاریخچه خانوادگی سکته قلبی اخیر

• مردان مسن یا زنانی که وارد دوران یائسگی شدند

• سوء مصرف کوکائین یا آمفتامین

### نشانه‌های فردی که دچار حمله قلبی شده است چه می‌باشد؟

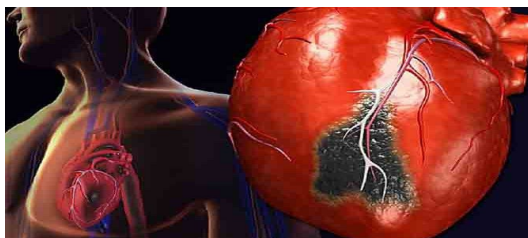
- احساس سنگینی و فشار غیرطبیعی بر روی قفسه سینه گویی که وزنه سنگینی بر روی قفسه سینه قرار دارد.
- بسیاری از افرادی که دچار حمله قلبی می‌شوند از احساس فشار و سنگینی بر روی وسط سینه خود و یا سمت چپ قفسه سینه رنج می‌برند. این حس ناخوشایند معمولاً بیشتر از چن دقیقه طول می‌کشد و ممکن است رفع شود و یا دوباره برگردد. حتی ممکن است احساسی مانند سوزش سر دل یا سوء هاضمه به فرد دست دهد. احساس درد شدید در قسمت پشت، گردن و فک و صورت
- این علائم می‌تواند شامل درد شدید و ناراحتی در یک و یا دو بازو، پشت، شانه‌ها، گردن، فک و قسمت بالای معده باشد. درد در ناحیه پشت و گردن و فک از علائم شایع حملات قلبی در خانم‌ها می‌باشد.
- تنگی نفس شدید
- این علامت می‌تواند به شکل ناگهانی رخ دهد درحالی‌که شما در حال استراحت هستید و یا فعالیت بدنی کمی دارید فرد ممکن است برای نفس کشیدن تلاش کند و به سختی بیفتد. تنگی نفس می‌تواند قبل و یا همزمان با درد قفسه سینه رخ دهد و یا حتی می‌تواند تنها علامت حمله قلبی باشد.

- یکی از علائم حمله قلبی در خانم‌ها خستگی ناگهانی و شدید و یا احساس کمبود انرژی در فرد می‌باشد که افراد به راحتی از آن چشم‌پوشی می‌کنند. این علامت می‌تواند به طور ناگهانی و یا به مدت چند روز وجود داشته باشد. بسیاری از خانم‌ها در اثر سابقه حمله قلبی، تجربه خستگی و ضعف عضلانی را دارند که مربوط به فعالیت و ورزش کردن نمی‌باشد.
- برخلاف بسیاری از فیلم‌ها، حمله قلبی سبب بیهوشی فرد نمی‌شود بلکه احساس گیجی و منگی به فرد دست می‌دهد.
- تهوع و استفراغ شدید (احساس بیمار شدن معده)
- خانم‌ها دو برابر آقایان تجربه تهوع و استفراغ و یا سوء هاضمه را در طی حمله قلبی خود دارند. این علائم گاهی جدی گرفته نمی‌شود و با بیماری‌های دیگر اشتباه گرفته می‌شود.
- اگر هریک از علائم ذکر شده در بالا را در فردی مشاهده کردید که بیش از ۵ دقیقه طول کشید با اورژانس تماس بگیرید به یاد داشته باشید که تسریع در کمک رسانی می‌تواند زندگی فرد مبتلا به حمله قلبی را نجات دهد.





## دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی آذربایجان غربی



## سکته قلبی (MI)

### واحد آموزش سلامت



۰۴۴- ۴۴۲۲۲۲۴۳

۱۴۰۴

تا زمانی که نیروهای امدادی از راه برسند به ارزیابی وضعیت و علائم حیاتی بیمار ادامه دهید. اگر تنفس او قطع شد به او کمک کنید و در صورت لزوم احیای قلبی ریوی انجام دهید.

### نکات آموزشی

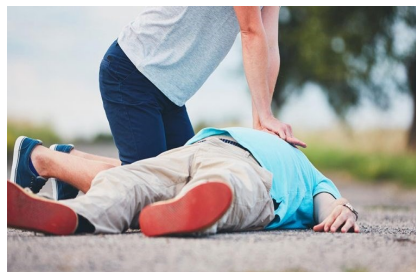
فعالیت و استراحت: در مرحله ی حاد بیماری، در طول روز استراحت کافی داشته باشید. برای کاهش تنگی نفس بهتر است بستر را ۳۰ الی ۳۰ سانتی متر بالا برده و در حالت نشسته یا نیمه نشسته قرار بگیرید.

پس از هر بار فعالیت کمی استراحت داشته باشید.  
از قرار گرفتن در معرض هوای خیلی سرد یا گرم خودداری کنید.

### تغذیه:

توصیه میشود در غذای خود از نمک (سدیم) کمتری استفاده کنید  
از مواد محرک مانند قهوه، مواد حاوی کافئین، الکل و سیگار خودداری کنید

فشار خون خود را روزانه کنترل نمایید .



منبع: برونر سودارث ۲۰۱۸

- خستگی غیر عادی و شدید
- احساس گیجی و یا سردرد
- عرق سرد

عرق بیش از حد که به عرق سرد مشهور است از علائم حمله قلبی می باشد. البته در خانمهای یائسه باید این علامت را بیشتر بررسی کرد، زیرا آنها در یائسگی دچار گر گرفتگی می شوند.

### اقدامات اولیه کمک به فردی که دچار حمله قلبی شده است

- اگر می توانید سریعاً اورژانس را خبر کنید تا قبل از دست دادن زمان به وضعیت فرد رسیدگی شود.
- راه هوایی، وضعیت تنفس و گردش خون فردی که دچار حمله قلبی شده را چک کنید. اگر بیمار بیهوش شده، احیای قلبی ریوی (CPR) انجام دهید.
- خونسردی خود را حفظ کنید. اگر مریض به هوش است با او صحبت کنید و به او بگویید که نیروهای اورژانس در راه هستند و به زودی خواهند آمد.
- اگر کپسول اکسیژن در دسترس است از اکسیژن برای تنفس بهتر بیمار استفاده کنید این کار سبب می شود که بیماری که دچار حمله قلبی شده کمتر انرژی مصرف کند تا نفس بکشد.

